

Corresponding to US Patent Application No.  
09/588,675 (now abandoned)

(19) 日本国特許庁 (J P)

(12) 公開特許公報 (A)

(11) 特許出願公開番号  
特開2001-146081  
(P2001-146081A)

(43) 公開日 平成13年5月29日 (2001.5.29)

(51) Int.Cl. <sup>7</sup>	識別記号	F I	テ-マ-ト* (参考)
B 4 2 D 15/00	3 3 1	B 4 2 D 15/00	3 3 1 F
	3 2 1		3 2 1 E

審査請求 有 請求項の数 1 O L (全 6 頁)

(21) 出願番号 特願平11-329393

(22) 出願日 平成11年11月19日 (1999.11.19)

(71) 出願人 593151332

仁科 雅夫

東京都目黒区八雲3丁目4番17号

(72) 発明者 仁科 雅夫

東京都目黒区八雲3丁目4番17号

(74) 代理人 100068308

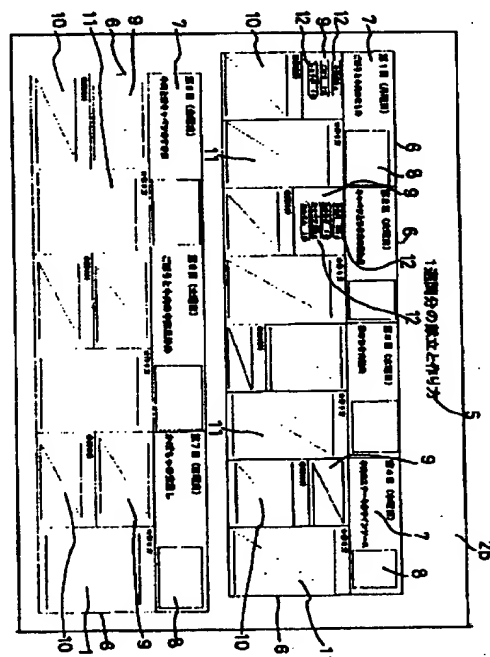
弁理士 後田 春紀

(54) 【発明の名称】 一週間分の献立と材料を記載した冊子

(57) 【要約】

【課題】一週間分の献立とこれに使用する材料を一冊の冊子に記載し、これに基づいて買い揃えた材料を細分化して前記献立に従って使用する。

【解決手段】冊子2の第2頁2bに7個に分割された材料および調理手順表示枠6が設けられ、且つ材料および調理手順表示枠6には日と曜日および料理名表示部7、料理別材料表示欄9および料理手順表示部11が設けられている。冊子2の第3頁2cに材料名および使用数量表示部19と細分化表示部20より成る使用数量指示欄15が設けられ、更に冊子2の第4頁2dには材料数だけの方形枠28とチェックマーク記入枠29が設けられ、且つ方形枠28には材料名および目標使用数量表示部31と購入数量記入部32が設けられると共に、数量確認シール33が接着剤34を裏面に塗布して離型紙36上に剥離可能に複数枚貼着固定してある。



## 【特許請求の範囲】

【請求項1】複数枚のシート的一端縁を接合して冊子とし、且つ該冊子の第1頁を表紙部とし、前記冊子の第2頁に第1日目から第7日目までそれぞれ7個に分割された材料および調理手順表示枠が設けられ、該材料および調理手順表示枠内の上方には、日と曜日および料理名表示部と料理の出来上がり写真を表示する出来上がり写真表示部がそれぞれ設けられ、且つ前記材料および調理手順表示枠の下方には、料理別材料表示欄と調味料の種類および使用数量を示す調味料表示部とが設けられると共に、前記料理別材料表示欄には、前記日と曜日および料理名表示部に表示された料理品名に対応する材料名と使用数量を表示する材料名および使用数量表示枠が複数個設けられ、更に前記出来上がり写真表示部の下方には料理手順表示部が設けられ、前記冊子の第3頁に材料表示欄と使用数量指示欄および各料理に使用する各材料の使用数量を表示した数量表示欄がそれぞれ設けられ、前記材料表示欄は、前記各料理名表示部に表示された各料理に使用する材料名とその使用数量とが表示され、且つ前記使用数量指示欄は、材料名と使用数量を表示する材料名および使用数量表示部と、材料を細分化するよう指示した細分化表示部とにより構成され、更に、前記数量表示欄は、左側縦列に各材料名を表示する材料名表示枠と、上段横列に一週間分の各料理名を表示する料理名表示枠および右側縦列に材料の合計数量を表示する合計数料表示枠をそれぞれ設けて形成され、前記冊子の第4頁に材料数だけの方形枠を設けると共に、該方形枠の下方にチェックマーク記入枠を設けて、前記方形枠に表示された材料を購入したことを確認するチェックマークを記入できるように形成され、且つ前記方形枠内の上方部に、各材料と一週間分の献立で使用する全使用数量を目標として表示する材料名および目標使用数量表示部が設けられると共に、該材料名および目標使用数量表示部の下部に実際に買い求めた数量を記入する購入数量記入部が設けられ、更に、前記購入数量記入部の下方部には、前記使用数量指示欄に指示された数量に合わせて切断分離したことを確認する材料名と数量を表示した数量確認シールが、裏面に接着剤を塗布すると共に、外周に切断線を設けて離型紙上に剥離可能に複数枚貼着固定されたことを特徴とする一週間分の献立と材料を記載した冊子。

## 【発明の詳細な説明】

## 【0001】

【産業上の利用分野】本発明は、一週間分の献立と該献立に使用する材料を一冊の冊子に記載し、これに基づいて買い揃えたすべての材料をできるだけ余すことなく使用することができるようにすると共に、残量がどの程度なのか明瞭に判るようにした一週間分の献立と材料を記載した冊子に関するものである。

## 【0002】

【従来の技術】従来、一週間分の献立と材料を記載して冊子としたものに実公平7-46549号公報がある。

## 【0003】

【発明が解決しようとする課題】前記従来公知の一週間分の献立と材料を記載した冊子によれば、一週間分の献立表に基づき買った材料は一週間分で完全に使い切るようになっているが、現在食材を販売しているスーパーマーケットやデパート等の食品売場では食材が予め一定重量、一定個数を収納したパック売りで販売されているため、前記献立表に記載の通りの重量および個数の食材を買い求めることは不可能で、必ず余ってしまうと共に、余った食材がどれくらいあるか判らず、廃棄してしまい資源の無駄遣いとなるという課題があった。

【0004】本発明は、前記課題を解決すべくなされたもので、買い求めた食材がどの程度余っているかを一見して直ちに視認でき、次週に持ち越すか、新たに他の食材を買い足して他の料理を作ることができるようにして廃棄せず、資源の有効利用を図ることができるようにした一週間分の献立と材料を記載した冊子を提供しようとするものである。

## 【0005】

【課題を解決するための手段】本発明は、複数枚のシート的一端縁を接合して冊子とし、且つ該冊子の第1頁を表紙部とし、前記冊子の第2頁に第1日目から第7日目までそれぞれ7個に分割された材料および調理手順表示枠が設けられ、該材料および調理手順表示枠内の上方には、日と曜日および料理名表示部と料理の出来上がり写真を表示する出来上がり写真表示部がそれぞれ設けられ、且つ前記材料および調理手順表示枠の下方には、料理別材料表示欄と調味料の種類および使用数量を示す調味料表示部とが設けられると共に、前記料理別材料表示欄には、前記日と曜日および料理名表示部に表示された料理品名に対応する材料名と使用数量を表示する材料名および使用数量表示枠が複数個設けられ、更に前記出来上がり写真表示部の下方には料理手順表示部が設けられ、前記冊子の第3頁に材料表示欄と使用数量指示欄および各料理に使用する各材料の使用数量を表示した数量表示欄がそれぞれ設けられ、前記材料表示欄は、前記各料理名表示部に表示された各料理に使用する材料名とその使用数量とが表示され、且つ前記使用数量指示欄は、材料名と使用数量を表示する材料名および使用数量表示部と、材料を細分化するよう指示した細分化表示部とにより構成され、更に、前記数量表示欄は、左側縦列に各材料名を表示する材料名表示枠と、上段横列に一週間分の各料理名を表示する料理名表示枠および右側縦列に材料の合計数量を表示する合計数料表示枠をそれぞれ設けて形成され、前記冊子の第4頁に材料数だけの方形枠を設けると共に、該方形枠の下方にチェックマーク記入枠を設けて、前記方形枠に表示された材料を購入したことを

を確認するチェックマークを記入できるように形成され、且つ前記方形枠内の上方部に、各材料と一週間分の献立で使用する全使用数量を目標として表示する材料名および目標使用数量表示部が設けられると共に、該材料名および目標使用数量表示部の下部に実際に買い求めた数量を記入する購入数量記入部が設けられ、更に、前記購入数量記入部の下方部には、前記使用数量指示欄に指示された数量に合わせて切断分離したことを確認する材料名と数量を表示した数量確認シールが、裏面に接着剤を塗布すると共に、外周に切断線を設けて離型紙上に剥離可能に複数枚貼着固定するという手段を採用することにより、上記課題を解決した。

【0006】

【発明の実施の形態】本発明の実施の形態を図面に基づいて詳細に説明すると、複数枚のシート1の一端縁を接合して冊子2とする。そして、該冊子2の第1頁2aを表紙部3として、例えば表題として「一週間分の献立と材料表」という表示4をする。

【0007】前記冊子2の第2頁2bの最上段に、例えば表題として「一週間分の献立と作り方」という表示5がなされると共に、第1日目から第7日目までそれぞれ7個に分割された材料および調理手順表示枠6が設けられている。

【0008】前記各材料および調理手順表示枠6内の上方左側には、日と曜日および料理名表示部7が、また上方右側には、料理の出来上がり写真を表示する出来上がり写真表示部8がそれぞれ設けられ、且つ前記日と曜日および料理名表示部7の下方には、前記日と曜日および料理名表示部7に表示された料理品名に対応する材料とその使用数量を示す料理別材料表示欄9と、調味料の種類およびその使用数量を表示する調味料表示部10とが上下に亘って設けられ、更に前記出来上がり写真表示部8の下方には料理手順を表示する料理手順表示部11が設けられている。

【0009】前記料理別材料表示欄9は、材料名と使用数量を表示する材料名および使用数量表示枠12を複数個設けて形成されている。

【0010】前記冊子2の第3頁2cの上段に、例えば表題として「一週間分の材料表」という表示13と共に、左側上方に材料表示欄14と、その下方に使用数量指示欄15が設けられ、更に右側上方に各料理に使用する各材料の使用数量を表示する数量表示欄16がそれぞれ設けられている。

【0011】前記材料表示欄14には、前記各料理名表示部7に表示された各料理に使用する材料名17と、その使用数量18とが表示されている。また、前記使用数量指示欄15は、上段に材料名とその使用数量を表示する材料名および使用数量表示部19と、下段に材料を細分化するよう指示した細分化指示部20とにより形成されている。すなわち、前記材料表示欄14に表示され

た、例えば「牛肉1300g」を、「200g」、「400g」、「300g」および「400g」にそれぞれ予め切断分離して、一週間のうちのいずれかの日に使用するために細分化するよう指示したものである。

【0012】更に、前記数量表示欄16は、左側縦列に各材料名を表示する材料名表示枠21と、上段横列に一週間分の各料理名を表示する料理名表示枠22および右側縦列に材料の合計数量を表示する合計数量表示枠23をそれぞれ設けて形成されており、前記各表示枠21・22・23にそれぞれ材料名24、料理名25および合計数量26とが記載されている。そして、例えば第1日の料理名である「ごぼうと牛肉の煮物」の項を下方へ見ていくと、この料理に使用する材料である「牛肉」が200g、「しょうが」が1個、「ごぼう」が1本というように、各料理に使用する材料の使用数量および使用する材料の合計が一目で判るように形成されている。

【0013】更に、前記冊子2の第4頁2dの最上段に、例えば表題として「買い物チェックリスト」という表示27をなし、且つ前記表示27の下方に材料数だけの方角枠28を設けると共に、該方角枠28の下方にチェックマーク記入枠29を設けて、前記方角枠28に表示された材料を購入したことを確認するチェックマーク30を記入できるように形成されている。そして、前記方角枠28内の上方部に、各材料と一週間分の献立で使用する全使用数量を目標として表示する材料名および目標使用数量表示部31が設けられると共に、該材料名および目標使用数量表示部31の下方に実際に買い求めた数量を記入する購入数量記入部32がカッコ書き等で設けられている。

【0014】そして、前記購入数量記入部32の下方部には、前記使用数量指示欄15に指示された数量に合わせて切断分離したことを確認するため、材料名と数量を表示した数量確認シール33が、裏面に接着剤34を塗布すると共に、外周に切断線35を設けて離型紙36上に剥離可能に複数枚貼着固定されている。

【0015】なお、前記数量確認シール33は、店頭で購入する材料が目標数量以上であることを予め想定して形成されている。従って、目標数量分の数量確認シール33は最低限複数枚必要であるが、それ以外に予め多少の誤差を見越して複数枚の小単位の数量を表示した数量確認シール33を用意しておく。

【0016】而して、前記のように構成された本発明冊子を持参し、買い物チェックリスト27の材料名および目標使用数量表示部31に表示された材料を所定数量スーパー等にて購入し、チェックマーク記入枠29にチェックマーク30を記入して購入を確認する。その際、その購入数量が目標数量と同一であれば、購入数量記入部32への記入は不要であるが、購入数量が目標数量を上回っておれば、その購入数量を購入数量記入部32に鉛筆等により手書きで記入する。

【0017】そして、各材料を所定数量購入した後、自宅へ持ち帰った材料を使用数量指示欄15に従ってそれぞれ予め切断分離すると共に、前記使用数量指示欄15の各切断分離を終えた材料名および使用数量表示枠12上に、前記買い物チェックリスト27の数量が一致する数量確認シール33を離型紙36から切断線35を介して剥離して貼着して行く。購入した材料の数量と前記目標数量とが一致する場合は、離型紙36上に残った数量確認シール33はすべて剥離して廃棄する。

【0018】一方、前記購入目標数量と購入した材料の数量とが一致しない場合は、前記目標数量に合う材料を切断分離し終えた材料名および使用数量表示枠12上に数量確認シール33を貼着した後、購入した材料から目標材料の数値を差し引いた数値の数量確認シール33を残し、その他の数量確認シール33はすべて剥離して廃棄する。その結果、離型紙36上に残った数量確認シール33の数量を合算した分が、今週使用しないで残る材料の数量であることが一目で判明する。そして、前記残る材料は廃棄することなく、次週に持ち越すこともできるし、また他の食材を買い足して他の料理を作ること

【0019】前記のように自宅に持ち帰った材料を使用数量指示欄15の細分化指示部20に表示された数量に予め切断分離しておくことにより、各日毎の料理に速やかに対応することができる。そして前記のように、材料を予め切断分離していない場合は、前記使用数量指示欄15の細分化指示部20に表示された数量の材料を料理日毎にそれぞれ切断分離し、調味料表示部10の表示により所定の調味料を用意して、料理手順表示部11の表示に従って調理することにより、その日毎の料理が完成する。

【0020】本発明一週間分の献立と材料を記載した冊子は、家族構成に応じたものを複数準備することにより、いずれの数の家族構成にも対応することができる。

【0021】

【発明の効果】本発明は上述のようであるから、本発明冊子を持参し、スーパーマーケット等で買物チェックリストの材料名および目標使用数量表示部に表示された材料を所定数量購入すると共に、購入の際チェックマーク記入枠に鉛筆等でチェックマークを記入することにより材料の買い忘れがない。もし、前記材料名および目標使用数量表示部に表示された材料を所定数量より多く購入した場合は、購入数量表示部にその数量を鉛筆等により記入する。そして、第2頁の表示内容から直ちに一週間分の献立が確認できると共に、予め使用数量指示欄の細分化表示部によって材料を細分化しておき、該細分化された数量の材料を用いて、調理手順表示欄に従って調理

することにより、各日毎の料理が簡単に出来上がり、一週間これを前記料理別材料表示欄に記載された数量の材料を用いて調理することにより、毎日異なった料理を食べることができる。そして、前記細分化した場合は、数量確認シールを剥離して第2頁の材料名および使用数量表示枠に貼着して行くことにより、細分化作業を完了したことが確認でき、更に購入目標数量と購入した材料の数量とが一致しない場合は、前記目標数量に合う材料を切断分離し終えた材料名および使用数量表示枠上に数量確認シールを貼着した後、購入した材料から目標材料の数値を差し引いた数値の数量確認シールを残し、その他の数量確認シールはすべて剥離して廃棄することにより、離型紙上に残った数量確認シールの数量を合算した分が、今週使用しないで残る材料の数量であることが一目で直ちに視認でき、該残った材料は廃棄することなく、次週に持ち越したり、他の食材を買い足して他の料理を作ることができるので、資源の有効利用を図ることができる。

【図面の簡単な説明】

【図1】本発明一週間分の献立と材料を記載した冊子の斜視図である。

【図2】本発明一週間分の献立と材料を記載した冊子の第2頁の平面図である。

【図3】本発明一週間分の献立と材料を記載した冊子の第3頁の平面図である。

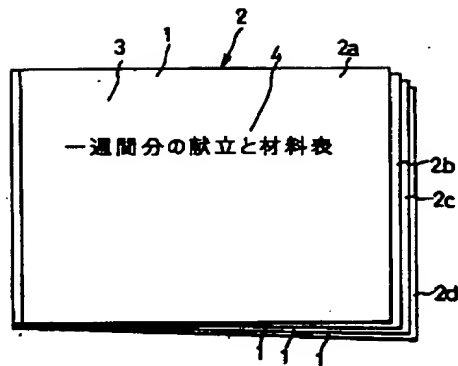
【図4】本発明一週間分の献立と材料を記載した冊子の第4頁の平面図である。

【図5】本発明一週間分の献立と材料を記載した冊子の要部の一部拡大断面図である。

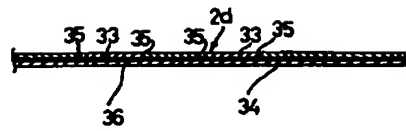
【符号の説明】

1 シート、 2 冊子、 2a 第1頁、 2b 第2頁、 2c 第3頁、 2d 第4頁、 3 表紙部、 6 材料および調理手順表示枠、 7 日と曜日および料理名表示部、 8 出来上り写真表示部、 9 料理別材料表示欄、 10 調味料表示部、 11 料理手順表示部、 12 材料名および使用数量表示枠、 14 材料表示欄、 15 使用数量指示欄、 16 数量表示欄、 17 材料名、 18 使用数量、 19 材料名および使用数量表示部、 20 細分化表示部、 21 材料名表示枠、 22 料理名表示枠、 23 合計数量表示枠、 24 材料名、 25 料理名、 26 合計数量、 28 方形枠、 29 チェックマーク記入枠、 30 チェックマーク、 31 材料名および目標使用数量表示部、 32 購入数量記入部、 33 数量確認シール、 34 接着剤、 35 切断線、 36 離型紙。

【図1】



【図5】



【図2】

